

CARDÁPIO EMEF – ENSINO DE JOVENS E ADULTOS (EJA) – JUNHO 2024

DATA	Segunda-feira 24/06/24	Terça-feira 25/06/24	Quarta-feira 26/06/24	Quinta-feira 27/06/24	Sexta-feira 28/06/24
JANTAR	Arroz/ Feijão Carioca Frango cozido (Peito de Frango) Chuchu Cozido	Arroz/ Feijão Carioca Carne de Panela (Acém/Coxão Mole) Couve flor refogada Laranja	Arroz/ Feijão Carioca Frango cozido (Peito de Frango/Sobrecoxa) Salada de Alface Lisa	Arroz/ Feijão Carioca Lombo Suíno Salada de Tomate Banana	Arroz/ Feijão Carioca Picadinho de Carne (Músculo) Batata doce cozida

*Cardápio sujeito a alterações

VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA				
Ensino / Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)
ENSINO DE JOVENS E ADULTOS	485,5	18	8	80


 Andressa B. G. Santos
 Nutricionista
 CRN 367895